



## Påmelding til HjS sine kurs og aktiviteter

### 1 Hvilken gruppe melder jeg meg på?

For Jolleselere har vi tre grupperinger/nivå, som trener gjennom sesongen:

- Rekrutt/nybegynner (C-seiler)  
Nybegynnere og de som seiler med skolejoller. Nybegynnere/rekrutt regnes som C-seilere etter inndelingen Norsk Optimistklubb har laget.
- Mellomgruppe (C og B seilere)  
Selvstendige seilere som har egen jolle
- Regatta/videregående (A og B seilere)  
Aktive seilere
- Sommerseilskole  
Velg denne kategorien for sommerseilskole/aktivitetsuke.
- Helgekurs og kortere kurs  
Velg denne kategorien om det er et helgekurs eller kortere kurs man skal melde seg på.

Om man er usikker på hvilken gruppe man skal velge, velg den som man tror er mest riktig. Justeringer og tilpassinger kan bli gjort i løpet av sesongen.

### 2 Treningsdag(er)

Vi er fleksible med treningsdager om man vil tren en, to eller tre dager i uken. For rask framgang og utvikling anbefaler vi to ganger i uken. Prisen er den samme.

### 3 Medlem

Alle som deltar på HjS sine kurs og aktiviteter må være medlem. For barn må også en av de foresatte være medlem. For de som ikke er medlem fra før vil kursavgift dekke medlemskap. For barn gjelder dette både juniormedlemskap og medlemskap for en av de foresatte. Det gis ikke fratrekk for de som er medlem på nye kurs. Vær obs på at det vil komme meldinger fra vårt medlemssystem (KlubbAdmin til Norges Idrettsforbund).

### 4 Utstyr

Vi har skolejoller som kan leies rimelig på treninger gjennom sesongen. Informasjon om klær osv finner man via linken nedenfor.

Mer info for nybegynnere.

<http://hjs.no/om-seilskolen/nybegynner/>

Spørsmål kan sendes til [seilskole@hjs.no](mailto:seilskole@hjs.no)

